

Kerncurriculum  
für die Schulformen des  
Sekundarbereichs I  
Schuljahrgänge 5 -10

---

**Sport**

---



An der Erarbeitung des Kerncurriculums für das Unterrichtsfach Sport in den Schuljahrgängen 5 – 10 waren die nachstehend genannten Personen beteiligt:

Eva-Maria Albu-Engelhardt, Wolfenbüttel

Katy Baehr, Laatzen

Martin Baschta, Schwanewede

Heike Beckmann, Braunschweig

Kathrin Gehring, Nordhorn

Norbert Krause, Buchholz

Frank Krause-Waterböhr, Einbeck

Susanne Maack, Neuenkirchen

Jürgen Müller, Otterndorf

Reinhard Nothdurft, Göttingen

Stefan Quiska, Hildesheim

Heiko Wilcke, Hildesheim

Die Ergebnisse des gesetzlich vorgeschriebenen Anhörungsverfahrens sind berücksichtigt worden.

Herausgegeben vom Niedersächsischen Kultusministerium (2007)

Schiffgraben 12, 30159 Hannover

Druck:

Unidruck

Windthorststraße 3-4

30167 Hannover

Das Kerncurriculum kann als „PDF-Datei“ vom Niedersächsischen Bildungsserver (NIBIS) unter <http://db2.nibis.de/1db/cuvo/ausgabe/> heruntergeladen werden.

<b>Inhalt</b>	<b>Seite</b>
<b>Allgemeine Informationen zu den niedersächsischen Kerncurricula</b>	<b>5</b>
<b>1 Bildungsbeitrag des Faches Sport</b>	<b>7</b>
<b>2 Unterrichtsgestaltung mit dem Kerncurriculum</b>	<b>9</b>
<b>3 Erwartete Kompetenzen</b>	<b>12</b>
3.1 Prozessbezogene Kompetenzbereiche	<b>12</b>
3.2 Inhaltsbezogene Kompetenzbereiche	<b>14</b>
3.3 Erwartete Kompetenzen in den Erfahrungs- und Lernfeldern	<b>14</b>
Erfahrungs- und Lernfeld „Spielen“	<b>16</b>
Erfahrungs- und Lernfeld „Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen“	<b>19</b>
Erfahrungs- und Lernfeld „Turnen und Bewegungskünste“	<b>21</b>
Erfahrungs- und Lernfeld „Gymnastisches und tänzerisches Bewegen“	<b>23</b>
Erfahrungs- und Lernfeld „Laufen, Springen, Werfen“	<b>25</b>
Erfahrungs- und Lernfeld „Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten“	<b>28</b>
Erfahrungs- und Lernfeld „Kämpfen“	<b>30</b>
<b>4 Leistungsfeststellung und Leistungsbewertung</b>	<b>32</b>
<b>5 Aufgaben der Fachkonferenz</b>	<b>34</b>
<b>Anhang</b>	<b>35</b>



## **Allgemeine Informationen zu den niedersächsischen Kerncurricula**

### **Kerncurricula und Bildungsstandards**

Qualitätssicherung und Qualitätsentwicklung sind zentrale Anliegen im Bildungswesen. Grundlage von Bildung ist der Erwerb von gesichertem Verfügungs- und Orientierungswissen, das die Schülerinnen und Schüler zu einem wirksamen und verantwortlichen Handeln auch über die Schule hinaus befähigt. Den Ergebnissen von Lehr- und Lernprozessen im Unterricht kommt damit eine herausragende Bedeutung zu. Sie werden in Bildungsstandards und Kerncurricula beschrieben.

Für eine Reihe von Fächern hat die Kultusministerkonferenz Bildungsstandards verabschiedet, durch die eine bundesweit einheitliche und damit vergleichbare Grundlage der fachspezifischen Anforderungen gelegt ist. Die niedersächsischen Kerncurricula nehmen die Gedanken dieser Bildungsstandards auf und konkretisieren sie, indem sie fachspezifische Kompetenzen für Doppeljahrgänge ausweisen und die dafür notwendigen Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten benennen. In Kerncurricula soll ein gemeinsam geteilter Bestand an Wissen bestimmt werden, worüber Schülerinnen und Schüler in Anforderungssituationen verfügen.

### **Kompetenzen**

Kompetenzen umfassen Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten, aber auch Bereitschaften, Haltungen und Einstellungen, über die Schülerinnen und Schüler verfügen müssen, um Anforderungssituationen gewachsen zu sein. Kompetenzerwerb zeigt sich darin, dass zunehmend komplexere Aufgabenstellungen gelöst werden können. Deren Bewältigung setzt gesichertes Wissen und die Kenntnis und Anwendung fachbezogener Verfahren voraus.

Schülerinnen und Schüler sind kompetent, wenn sie zur Bewältigung von Anforderungssituationen

- auf vorhandenes Wissen zurückgreifen,
- die Fähigkeit besitzen, sich erforderliches Wissen zu beschaffen,
- zentrale Zusammenhänge des jeweiligen Sach- bzw. Handlungsbereichs erkennen,
- angemessene Handlungsschritte durchdenken und planen,
- Lösungsmöglichkeiten kreativ erproben,
- angemessene Handlungsentscheidungen treffen,
- beim Handeln verfügbare Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten einsetzen,
- das Ergebnis des eigenen Handelns an angemessenen Kriterien überprüfen.

### **Kompetenzerwerb**

Der Kompetenzerwerb beginnt bereits vor der Einschulung, wird in der Schule in zunehmender qualitativer Ausprägung fortgesetzt und auch im beruflichen Leben weitergeführt. Im Unterricht soll der Aufbau von Kompetenzen systematisch und kumulativ erfolgen; Wissen und Können sind gleichermaßen zu berücksichtigen.

Dabei ist zu beachten, dass Wissen "träges", an spezifische Lernkontexte gebundenes Wissen bleibt, wenn es nicht aktuell und in verschiedenen Kontexten genutzt werden kann. Die Anwendung des Ge-

lernten auf neue Themen, die Verankerung des Neuen im schon Bekannten und Gekonnten, der Erwerb und die Nutzung von Lernstrategien und die Kontrolle des eigenen Lernprozesses spielen beim Kompetenzerwerb eine wichtige Rolle.

Lernstrategien wie Organisieren, Wiedergabe von auswendig Gelerntem (Memorieren) und Verknüpfung des Neuen mit bekanntem Wissen (Elaborieren) sind in der Regel fachspezifisch lehr- und lernbar und führen dazu, dass Lernprozesse bewusst gestaltet werden können. Planung, Kontrolle und Reflexion des Lernprozesses ermöglichen die Einsicht darin, was, wie und wie gut gelernt wurde.

### **Struktur der Kerncurricula**

Kerncurricula haben eine gemeinsame Grundstruktur: Sie weisen inhaltsbezogene und prozessbezogene Kompetenzbereiche aus. Die Verknüpfung beider Kompetenzbereiche muss geleistet werden.

- Die prozessbezogenen Kompetenzbereiche beziehen sich auf Verfahren, die von Schülerinnen und Schülern verstanden und beherrscht werden sollen, um Wissen anwenden zu können. Sie umfassen diejenigen Kenntnisse Fähigkeiten und Fertigkeiten, die einerseits die Grundlage, andererseits das Ziel für die Erarbeitung und Bearbeitung der inhaltsbezogenen Kompetenzbereiche sind, zum Beispiel
  - Symbol- oder Fachsprache kennen, verstehen und anwenden,
  - fachspezifische Methoden und Verfahren kennen und zur Erkenntnisgewinnung nutzen,
  - Verfahren zum selbständigen Lernen und zur Reflexion über Lernprozesse kennen und einsetzen,
  - Zusammenhänge erarbeiten und erkennen sowie ihre Kenntnis bei der Problemlösung nutzen.
- Die inhaltsbezogenen Kompetenzbereiche sind fachbezogen; es wird bestimmt, über welches Wissen die Schülerinnen und Schüler im jeweiligen Inhaltsbereich verfügen sollen.

Kerncurricula greifen diese Grundstruktur unter fachspezifischen Gesichtspunkten sowohl im Primarbereich als auch im Sekundarbereich auf. Durch die Wahl und Zusammenstellung der Kompetenzbereiche wird der intendierte didaktische Ansatz des jeweiligen Unterrichtsfachs deutlich. Die erwarteten Kompetenzen beziehen sich vorrangig auf diejenigen fachlichen Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten, über die Schülerinnen und Schüler am Ende von Doppeljahrgängen verfügen sollen. Wichtig ist auch die Förderung von sozialen und personalen Kompetenzen, die über das Fachliche hinausgehen.

### **Rechtliche Grundlagen**

Allgemeine Rechtsgrundlagen für das fachbezogene Kerncurriculum sind das Niedersächsische Schulgesetz und der Grundsatzterlass für die jeweilige Schulform. Für die Umsetzung der Kerncurricula gelten die fachspezifischen Bezugserlasse.

# 1 Bildungsbeitrag des Faches Sport

Der Sportunterricht leistet einen nicht austauschbaren Beitrag zur Bildung und Erziehung. Er soll bei allen Schülerinnen und Schülern die Freude an der Bewegung und am gemeinschaftlichen Sporttreiben wecken und die Einsicht vermitteln, dass sich kontinuierliches Sporttreiben, verbunden mit einer gesunden Lebensführung, positiv auf ihre körperliche, soziale, emotionale und geistige Entwicklung auswirkt. Gleichzeitig soll Sport in der Schule Fairness, Toleranz, Teamgeist und Leistungsbereitschaft fördern.

Im Zentrum des Sportunterrichts steht das Bewegungshandeln unter verschiedenen Sinngebungen, d. h. die Vermittlung vielfältiger, unmittelbarer Erlebnisse, Erfahrungen und deren reflexive Verknüpfung. Als einziges Bewegungsfach leistet Sport einen spezifischen Beitrag zu einer ganzheitlichen Persönlichkeitsentwicklung. Dies umfasst sowohl den motorischen, den kognitiven als auch den sozial-affektiven Bereich.

Sich-Bewegen bedeutet, dass ein auf Wahrnehmung beruhender Bezug zwischen Mensch und „Welt“ hergestellt wird, der spezifische Eindrucks-, Ausdrucks- und Verständigungsmöglichkeiten bietet. Sportunterricht ermöglicht den Schülerinnen und Schülern, Werte handelnd zu erfahren und diese auf andere Lebensbereiche zu übertragen.

Durch das Kennenlernen verschiedener Bewegungsbereiche und vielfältiger sportlicher Handlungsmotive eröffnen sich den Heranwachsenden eine Vielzahl sportlicher Handlungsfelder für eine sinnvolle und sinngeladene Freizeitgestaltung.

Zusammengefasst ergeben sich für den Sportunterricht insbesondere folgende Zielperspektiven:

- Erweiterung der individuellen Bewegungsfähigkeit
- Entwicklung von körper- und bewegungsbezogenen Kenntnissen und Einsichten
- Entwicklung von bewegungsspezifischen Lernstrategien
- Ausbildung und Erweiterung sozialer Handlungsfähigkeit
- Förderung der Bereitschaft zu leistungsbezogenem Handeln
- Qualifizierung für eine Teilnahme an der außerschulischen Bewegungs- und Sportkultur
- Hinführung zu lebensbegleitender sportlicher Betätigung
- Befähigung zum verantwortungsbewussten Umgang mit dem eigenen Körper und der eigenen Gesundheit
- Förderung emotionaler Entwicklung

Das Kerncurriculum Sport gilt für alle Schulformen des Sekundarbereichs I.

In den Lerngruppen aller Schulformen ist das Leistungsvermögen im Fach Sport in der Regel heterogen. Das Spektrum der motorischen Leistungsfähigkeit ist dabei in allen Schulformen des Sekundarbereichs I ähnlich, weil sich die Schullaufbahnentscheidung hauptsächlich aus den kognitiven, weniger aus den motorischen Leistungen der Schülerinnen und Schüler ergibt. Unterschiede in den

motorischen Fähigkeiten, Kenntnissen und Fertigkeiten entstehen vor allem durch die verschiedenen Erfahrungshintergründe der Schülerinnen und Schüler im außerschulischen und schulischen Bereich.

Im Fach Sport steht das Sich-Bewegen im Mittelpunkt. Grundsätzlich können die damit verbundenen Kompetenzen von allen Schülerinnen und Schülern der unterschiedlichen Schulformen erworben werden. Aufgrund der unterschiedlichen kognitiven Voraussetzungen in den verschiedenen Schulformen erwerben die Schülerinnen und Schüler die prozessbezogenen Kompetenzen auf entsprechend unterschiedlichem Niveau. Im Hauptschulbereich z. B. benötigen die Schülerinnen und Schüler mehr Anleitung und methodische Hilfen für den Kompetenzerwerb. Im gymnasialen Bereich dagegen werden kognitive Aspekte verstärkt berücksichtigt. Die Schülerinnen und Schüler dieser Schulform bewältigen komplexere Aufgaben verstärkt problemorientiert und weitgehend selbstständig. Im Hinblick auf den Sportunterricht in der gymnasialen Oberstufe werden die praktischen Anteile des Sportunterrichts im Verlauf der Schuljahrgänge 5 – 10 zunehmend mit theoretischen Inhalten verknüpft, womit ein adäquater Beitrag zum wissenschaftspropädeutischen Arbeiten geleistet wird. Zugleich werden auch Grundlagen z. B. für die Wahl des sportlichen Schwerpunkts bzw. des 5. Prüfungsfaches Sport geschaffen.

## 2 Unterrichtsgestaltung mit dem Kerncurriculum

Der Unterrichtsgestaltung fällt im Kontext von Bildung, Erziehung und Bewegung eine entscheidende Rolle zu, um die Kompetenzentwicklung der Schülerinnen und Schüler anzuregen, zu unterstützen, zu fördern und nachhaltig zu sichern.

Damit Schülerinnen und Schüler in Anwendungssituationen erfolgreich handeln können, ist ein Zusammenspiel von inhaltsbezogenen und prozessbezogenen Kompetenzen erforderlich.

Die Reflexion des erworbenen Wissens und Könnens ist dabei im Sportunterricht von großer Bedeutung, um den Erwerb von Kompetenzen aus den Bereichen „Lernen lernen“ und „Bewegen evaluieren“ zu fördern. In den verschiedenen Schulformen erfolgt die Reflexion mit einem unterschiedlichen Abstraktionsgrad.

Die Entwicklung von Lernstrategien und von Reflexionsfähigkeit wird durch Lernsituationen gefördert, in denen die Lernenden zur selbsttätigen Auseinandersetzung mit den Inhalten gelangen, zu selbständigem Bewegungshandeln aufgefordert werden und individuelle Lernwege einschlagen können. Ausschlaggebend ist dabei, wie wertschätzend Lehrkräfte und Schülerinnen und Schüler miteinander umgehen und wie die Lernenden ihre Kompetenzen in den Unterricht einbringen können.

Die Lehrkraft entscheidet in Abhängigkeit von der Zielsetzung, den Erfahrungshintergründen, den kognitiven Voraussetzungen der Schülerinnen und Schüler, dem Sicherheitsrahmen und den räumlich-sächlichen Gegebenheiten, welche Freiräume für die Lösung von Bewegungsaufgaben oder Bewegungsproblemen für den Kompetenzerwerb Gewinn bringend sind. Sie stellt entsprechend eng oder weit gefasste Aufgaben und arrangiert die Lernsituation allein oder gemeinsam mit den Schülerinnen und Schülern.

Da menschliches Bewegen immer eine individuelle Auseinandersetzung mit der „Welt“ ist, müssen Situationen und Aufgaben innere und äußere Differenzierungen ermöglichen und unterschiedliche Bewegungsergebnisse zulassen. Differenzierte Aufgabenstellungen eröffnen unterschiedliche Handlungsräume: Vorzeigen und Darstellen, Zergliedern und Aufbauen, Nacherfinden und Problemlösen, Differenzieren und Individualisieren, Bauen und Entwickeln, Entdecken und Erkunden, Spielen, Gestalten und Variieren.

Die Fachkonferenz kann Vorschläge zur äußeren Differenzierung unterbreiten. Die Formen der äußeren Differenzierung sind abhängig von den organisatorischen, personellen und sächlichen Möglichkeiten der Schule.

Wird Unterricht in Neigungsgruppen erteilt, ist zu gewährleisten, dass Schülerinnen und Schüler ihre Wahl aus verschiedenen Erfahrungs- und Lernfeldern treffen.

## **Vorbereitung auf das Prüfungsfach Sport in der gymnasialen Oberstufe**

Im Gymnasium kommt dem 10. Schuljahrgang eine besondere Bedeutung zu, da er zugleich die Einführungsphase der gymnasialen Oberstufe ist. Aus diesem Grund müssen Schülerinnen und Schüler, die in der Qualifikationsphase den sportlichen Schwerpunkt oder Sport als 5. Prüfungsfach wählen wollen, im zweiten Halbjahr des 10. Schuljahrgangs einen zweistündigen Einführungskurs Sport belegen. Dieser bereitet im Praxis-Theorie-Verbund auf die zu erwartenden Anforderungen im Prüfungskurs vor und beinhaltet die folgenden Kenntnisbereiche und Themenfelder<sup>1</sup>:

- Kenntnisse zur Realisierung des eigenen sportlichen Handelns (Beispiele aus Trainingslehre und Bewegungslehre in Bezug auf die Sportpraxis)
- Kenntnisse zum individuellen sportlichen Handeln im sozialen Kontext (z. B. Organisation sportlicher Übungs- und Wettkampfsituationen mit anderen und für andere)
- Kenntnisse über den Sport im gesellschaftlichen Kontext (z. B. Wechselbeziehungen zwischen Wirtschaft, Politik und Medien einerseits und dem Sport andererseits)

## **Wahlpflichtbereich**

In Schulformen mit der Möglichkeit Sport im Wahlpflichtbereich anzubieten, werden im zweistündig zu unterrichtenden Wahlpflichtkurs Sport praktische und theoretische Inhalte verbunden. Diese Inhalte können sich u. a. auf folgende Themen und Schwerpunkte beziehen:

- Sport und Gesellschaft (Integration, Umwelt, ...)
- Sport und Training (Leistung, Methoden, ...)
- Sport und Gesundheit (Fitness, Ernährung, ...)
- Sport und Wirtschaft (Freizeiteinrichtungen, Sportartikel, ...)

Der Wahlpflichtunterricht im Fach Sport ermöglicht den Lernenden, in altersgerechter Weise u. a. zusätzlich folgende Kompetenzen zu erwerben:

Die Schülerinnen und Schüler

- planen Kurse in Zusammenarbeit mit der Lehrkraft,
- erarbeiten Voraussetzungen, um z. B. eine spätere berufliche oder ehrenamtliche Tätigkeit im Bereich Sport aufzunehmen,
- erarbeiten Voraussetzungen für die Übernahme von Verantwortung für und in Bewegungsangeboten in der Schule und im schulischen Umfeld,
- beeinflussen eigenverantwortlich ihren schulischen Werdegang,
- verfügen über spezielle Methodenkenntnisse und Techniken.

---

<sup>1</sup> Einheitliche Prüfungsanforderungen in der Abiturprüfung Sport (Beschluss der KMK vom 01.12.1989 i.d.F. vom 10.02.2005, RdErl. d. MK v. 1.10.2006 – 33-82 150/9).

Sowohl Praxis als auch Theorie bilden zu gleichen Teilen die Grundlage der Leistungsbewertung im Wahlpflichtbereich. Schriftliche Lernkontrollen sind – wie in anderen Wahlpflichtfächern auch – ein Teil der Beurteilung.

Der Kurs findet zusätzlich zum regulären Sportunterricht statt. Die Leistungen sind versetzungs- und abschlussrelevant.

### **Bezug zum Curriculum Mobilität**

Das Fach Sport bietet Möglichkeiten, Mobilitätsverhalten zu entwickeln. Schülerinnen und Schüler kennen die durch Mobilität verursachten Folgen, beurteilen ihre Wirkung auf Umwelt, Ressourcen und Gesundheit des Menschen und entwickeln altersgemäß Fähigkeiten zu verantwortlichem Handeln. So werden die Mobilitätsschwerpunkte „Von der Regel zur Regelbefolgung“ und „Regeln und Konventionen“ im Erfahrungs- und Lernfeld Spielen, der Mobilitätsschwerpunkt „Rollen und Fahren“ im Erfahrungs- und Lernfeld Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten abgedeckt.

## **3 Erwartete Kompetenzen**

### **3.1 Prozessbezogene Kompetenzbereiche**

Die prozessbezogenen Kompetenzen, die von den Schülerinnen und Schülern erworben werden sollen, sind in die vier Bereiche „Erkenntnisse gewinnen“, „Beziehungen entwickeln“, „Lernen lernen“ und „Bewegungen evaluieren“ gegliedert. Dabei ist die Reflexion des eigenen Bewegens, von Bewegungshandlungen und von Bewegungssituationen Grundlage für eine kognitive Auseinandersetzung im Sportunterricht.

#### **Erkenntnisse gewinnen**

Im Mittelpunkt des Sportunterrichts stehen situationsangepasstes und geschicktes Bewegen, die damit verbundenen Bewegungs- und Materialerfahrungen sowie das sich daraus entwickelnde Bewegungskönnen. In den dafür notwendigen Lernprozessen werden auch Erkenntnisse bezogen auf sich selbst, auf den eigenen Körper und auf das eigene Bewegen gewonnen. Diese Lernprozesse vermitteln die Erfahrung, bewusst und verantwortlich mit dem eigenen Körper umzugehen sowie selbst für die Erhaltung und Stärkung des eigenen Wohlbefindens sorgen zu müssen und zu können.

Dieses lässt sich wie folgt zusammenfassen:

- Bewegungsprobleme erkennen und formulieren,
- den Sinn des Sich-Bewegens verstehen,
- sich durch Bewegung selbst wahrnehmen und erfahren,
- sich seiner Verantwortung für sich selbst bewusst werden.

#### **Beziehungen entwickeln**

Im Fach Sport gehen Menschen Bewegungsbeziehungen ein. Die Herausforderung an die soziale Entwicklung bezieht sich hierbei auf das Miteinander, das Gegeneinander und das komplexe Wechselspiel von Miteinander und Gegeneinander besonders beim Spielen und Kämpfen. Die Entwicklung dieser Beziehungsformen steht dabei unter dem Einfluss vorhandener Regeln und allgemeiner Verhaltenserwartungen, wie sie in Bewegung, Sport und Spiel offenkundig sind. Wer mit anderen Sport treiben will, muss lernen, mit Sieg und Niederlage umzugehen, sich an vorhandene Regeln zu halten bzw. sich mit anderen auf situativ angemessene neue Regeln zu einigen und Verantwortung zu übernehmen.

Beim Eingehen von Bewegungsbeziehungen findet im Wesentlichen eine Verständigung ohne Worte statt. Diese kann sowohl funktionaler Bestandteil der Lösung der gestellten Bewegungsaufgabe sein als auch eine eigene Art und Weise des Sich-Ausdrückens und Mitteilens, die als Sich-Darstellen oder Körpersprache bezeichnet wird. Jedes Erfahrungs- und Lernfeld besitzt entsprechende symbolische Möglichkeiten. Akzentuiert werden sie aber vor allem im tänzerischen, gymnastischen, turnerischen oder circensischen Bereich.

Dieses lässt sich wie folgt zusammenfassen:

- Anforderungen kooperativer Bewegungsbeziehungen erkennen und erfüllen,
- Anforderungen konkurrierender Bewegungsbeziehungen erkennen und erfüllen,
- in Bewegungssituationen auftretende Konflikte lösen,
- den Sinn von Regeln erkennen und sich mit anderen auf Regeln einigen,
- sich durch Bewegung darstellen und ausdrücken.

### **Lernen lernen**

Lernen lernen bedeutet, den eigenen Lernweg in den Blick zu nehmen und den Weg zum Ziel selbstregulierend zu bewältigen. Das setzt den begleitenden Erwerb von zielorientierten Lernstrategien sowohl im motorischen und kognitiven als auch im sozial-affektiven Bereich voraus. Die systematische Selbstvergewisserung steuert dabei den Lernprozess.

Dieses beinhaltet:

- geeignete Lernziele erkennen,
- Lernstrategien und Methodenkenntnisse erwerben,
- Lernen selbst regulieren, d. h.
  - Lernen durch Beobachten und Nachahmen,
  - Lernsituationen eigenständig gestalten,
  - Lernsituationen verändern,
  - Lernprozesse reflektieren.

### **Bewegungen evaluieren**

Evaluieren bedeutet im Sport, sich selbst, andere Menschen und Bewegungssituationen einzuschätzen. Es beinhaltet die Bewertung des eigenen Könnens und des Leistungsvermögens anderer in Bezug zum Anforderungsprofil. Darüber hinaus schließt es die Beurteilung von Bewegungssituationen ein. Kompetenzen des Evaluierens sind:

- sich selbst und andere realistisch einschätzen,
- das Anforderungsprofil einer Bewegungssituation bewerten.

### **3.2 Inhaltsbezogene Kompetenzbereiche**

Die inhaltsbezogenen Kompetenzbereiche umfassen die Strukturierung des Faches Sport in folgende Erfahrungsbereiche und Lernfelder, in denen die prozessbezogenen Kompetenzen entwickelt werden:

- Spielen
- Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen
- Turnen und Bewegungskünste
- Gymnastisches und tänzerisches Bewegen
- Laufen, Springen, Werfen
- Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten
- Kämpfen

Die Aufstellung beschränkt sich auf einen Kern von sieben Bereichen des Sich-Bewegens. Mit ihnen lassen sich fast alle Handlungsideen, Interaktionsformen, Ausdrucksformen sowie Körper- und Bewegungserlebnisse unter verschiedenen räumlich-situativen und materialen Rahmenbedingungen erfassen. Die Anwendung eines erworbenen Wissens in unterschiedlichen Kontexten und spezifischen Anforderungssituationen trägt zur Sicherung inhaltsbezogener Kompetenzen bei und fördert den Aufbau prozessbezogener Kompetenzen, da diese in der Auseinandersetzung mit konkreten Inhalten erworben werden.

Die Aspekte Fitness und Gesundheit werden in allen Kompetenzbereichen thematisiert. Anstrengungs- und Leistungsbereitschaft sind Grundvoraussetzungen für den Kompetenzerwerb. Weitere Erläuterungen zu den inhaltsbezogenen Kompetenzbereichen finden sich im Kapitel 3.3.

### **3.3 Erwartete Kompetenzen in den Erfahrungsbereichen und Lernfeldern**

Die erwarteten Kompetenzen im Fach Sport, die im Unterricht in einem differenzierten Lernprozess zu erwerben sind, beinhalten die Fähigkeit der Schülerinnen und Schüler zur Lösung von Bewegungsaufgaben oder von Bewegungsproblemen.

Der Umfang der erwarteten Kompetenzen ist so festgesetzt, dass sie in zwei Dritteln der in zwei Schuljahren zur Verfügung stehenden Unterrichtszeit erworben und überprüft werden können. Die verbleibende Unterrichtszeit steht für weitere Inhalte zur Verfügung, die im Rahmen der Bildungsaufgaben des Faches zu legitimieren sind und von der Fachkonferenz im schuleigenen Arbeitsplan festgelegt werden.

Für jedes Erfahrungsbereich und Lernfeld werden die erwarteten Kompetenzen gesondert ausgewiesen. Dabei beschreiben manche Lernerwartungen Kompetenzen, die durch Transfer aus anderen Lernbereichen abrufbar sind, andere das Ergebnis eines individuellen und unterschiedlich langen Lernprozesses. Weitere erfassen die kreative Anwendung vorhandener Fähigkeiten.

Die tabellarische Darstellung ist nach den inhaltsbezogenen Kompetenzbereichen strukturiert. In den Spalten für die Doppeljahrgänge werden dabei sowohl die inhaltsbezogenen Kompetenzen genannt als auch die zugehörigen prozessbezogenen Kompetenzen (grau unterlegt) aufgeführt. Die hori-

zontale Anordnung der erwarteten Kompetenzen innerhalb der Tabellen bildet den kumulativen Kompetenzaufbau ab.

In den Erfahrungs- und Lernfeldern „Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen“, „Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten“ und „Kämpfen“ werden die Kompetenzen nur in zwei Niveaustufen formuliert, um eine Anpassung an die jeweiligen schulischen Bedingungen zu ermöglichen.

Für die Schülerinnen und Schüler, die den Hauptschulabschluss am Ende des Schuljahrgangs 9 anstreben, sind die Regelanforderungen in der Spalte „Erwartete Kompetenzen am Ende von Schuljahrgang 10“ in normaler Schrift gedruckt. Für diejenigen Schülerinnen und Schüler, die den Schuljahrgang 10 besuchen, sind die erwarteten Kompetenzen in der entsprechenden Spalte ***kursiv und fett*** gekennzeichnet.

Die Fachkonferenz legt für diese Schülerinnen und Schüler mindestens drei Erfahrungs- und Lernfelder verbindlich fest.

### **Erfahrungs- und Lernfeld „Spielen“**

Spielen bezieht sich auf Bewegungs- und Sportspiele. Dieses Erfahrungs- und Lernfeld fördert besonders die Entwicklung der allgemeinen und spielformbezogenen Spielfähigkeit, die Anwendung von Regeln in neuen Spielsituationen und soziales Handeln im Spiel. Der Erwerb der erwarteten Kompetenzen setzt eine systematische, problem- und übungsorientierte Vorgehensweise voraus. Am Ende von Jahrgang 9 sind mindestens drei verschiedene Zielsportspiele (z. B. Hockey), ein Rückschlag- (z. B. Badminton) und ein Endzonenspiel (z. B. Ultimate Frisbee) aus dem Bereich der Sportspiele zu berücksichtigen.

Dieses Erfahrungs- und Lernfeld umfasst:

- das Erfassen von Spielideen,
- das Entwickeln und Erproben von eigenen Spielen,
- das Einnehmen und Ausfüllen von Rollen im Spiel,
- das Anwenden von spielbezogenen Bewegungsformen und Techniken,
- das Verändern von Rahmenbedingungen und Regeln,
- das Einhalten von Regeln und von Fairplay,
- das Umgehen mit Sieg und Niederlage.

<b>Erwartete Kompetenzen</b>	<b>am Ende von Schuljahrgang 6</b>	<b>am Ende von Schuljahrgang 8</b>	<b>am Ende von Schuljahrgang 10</b>
<b>Allgemeine und sport-spielspezifische Spielfähigkeit entwickeln</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• stellen eine Mannschaft gemäß einer Spielidee nach Vorgabe zusammen.</li> <li>• verändern die Spielidee eines Spiels.</li> <li>• wenden ausgewählte elementare Spielregeln an.</li> </ul>	<p>Die Schülerinnen und Schüler...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• stellen eine Mannschaft gemäß einer Spielidee selbständig zusammen.</li> <li>• vergleichen unterschiedliche Spiele.</li> <li>• wählen Spielregeln situationsangemessen aus.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>organisieren Spiele unter spezifischen Zielsetzungen.</b></li> <li>• entwickeln Spiele.</li> <li>• <b>wenden komplexe Regeln an.</b></li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• erkennen Anforderungsprofile von einfachen Spielsituationen.</li> <li>• erkennen Strukturelemente und Regeln eines Spiels.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wenden selbst ausgewählte Spielregeln an.</li> <li>• erfüllen ihre Spielrolle nach Vorgabe.</li> <li>• verstehen Anforderungsprofile von Spielsituationen.</li> <li>• verstehen Strukturelemente und Regeln eines Spiels.</li> <li>• nehmen sich in ihrer Spielrolle wahr.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• erfüllen ihre Spielrolle.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• beherrschen in spielgemäßen Situationen grundlegende Fertigkeiten in Grobform.</li> <li>• beherrschen einfache taktische Verhaltensweisen.</li> <li>• beschreiben einfache taktische Verhaltensweisen.</li> <li>• gestalten einfache Spielprozesse.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wenden elementare Techniken in Spielen an.</li> <li>• beherrschen taktische Maßnahmen.</li> <li>• erläutern taktische Maßnahmen.</li> <li>• gestalten Spielprozesse.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• schätzen das Anforderungsprofil komplexer Spielsituationen angemessen ein.</li> <li>• <b>sind sich ihrer Handlungsentscheidungen bewusst.</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• beherrschen einfache taktische Verhaltensweisen.</li> <li>• beschreiben einfache taktische Verhaltensweisen.</li> <li>• gestalten einfache Spielprozesse.</li> <li>• erfahren sich als Teil einer Mannschaft.</li> <li>• nehmen Spielprozesse wahr.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wenden komplexe Bewegungsformen und Techniken situationsangemessen an.</li> <li>• <b>wenden taktische Maßnahmen situationsangemessen an.</b></li> <li>• gestalten Spielprozesse eigenständig.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>sind sich der Verantwortung ihrer Spielrolle bewusst.</b></li> <li>• <b>reflektieren Spielprozesse.</b></li> <li>• <b>verbalisieren taktische Maßnahmen problemorientiert.</b></li> </ul>

<b>Fairplay praktizieren</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• behandeln alle Spielbeteiligten fair.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• spielen fair und mannschaftsdienlich.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>setzen sich aktiv für eine faire Spielgestaltung ein.</b></li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• gehen angemessen mit Sieg und Niederlage um.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• übernehmen Verantwortung für faires Verhalten innerhalb der Mannschaft.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>reflektieren die Merkmale eines fairen Spiels.</b></li> </ul>
<b>Schiedsrichtertätigkeit akzeptieren und durchführen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• akzeptieren Schiedsrichterentscheidungen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• führen Schiedsrichtertätigkeit unter Berücksichtigung ausgewählter Spielregeln aus.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• führen Schiedsrichtertätigkeit in eigener Verantwortung aus.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• erkennen die Notwendigkeit der Schiedsrichterfunktion.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• schätzen Spielsituationen entsprechend der ausgewählten Regeln ein.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• übernehmen eigenständig Verantwortung als Schiedsrichter.</li> </ul>

### **Erfahrungs- und Lernfeld „Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen“<sup>2</sup>**

Durch Schwimmen, Tauchen und Wasserspringen wird die Fähigkeit entwickelt, sich sicher im Wasser zu bewegen.

Dieses Erfahrungs- und Lernfeld umfasst:

- das Bewältigen des Wassers bis zum sicheren Bewegen im Wasser,
- das Entwickeln und Verbessern von Schwimmfähigkeiten und Schwimmtechniken,
- das Springen ins Wasser,
- das Sich-Orientieren im und unter Wasser,
- die Kenntnis von Rettungsfähigkeiten und die Bereitschaft zum Helfen und Retten,
- das Einhalten von Baderegeln und Hygienevorschriften.

<b>Erwartete Kompetenzen</b>	<b>am Ende von Schuljahrgang 6</b>	<b>am Ende von Schuljahrgang 10</b>
<b>Sich schwimmend im Wasser fortbewegen</b>	Die Schülerinnen und Schüler...	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• beherrschen das Schwimmen in Brust- und Rückenlage.</li> <li>• schwimmen 20 Minuten ohne Pause.</li> <li>• führen einen Startsprung vom Beckenrand oder Startblock aus.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• schwimmen drei Schwimmtechniken inklusive Start und Wende.</li> <li>• schwimmen eine Kurzstrecke in einer selbst gewählten Schwimmtechnik schnell.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• schätzen ihre Schwimmfähigkeit richtig ein und wechseln bei Bedarf die Lage.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• geben nach vorgegebenen Kriterien Bewegungskorrekturen.</li> </ul>

<sup>2</sup> In den Schuljahrgängen 5 und 6 sind 20 Unterrichtsstunden (RdErl. d. MK v. 01.02.2005), in den Schuljahrgängen 7 – 10 sind 40 Unterrichtsstunden zu erteilen. Die Verteilung der Unterrichtsstunden liegt in der Zuständigkeit der Schule.

<p><b>Springen und Tauchen</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• präsentieren nach vorgegebenen Kriterien zwei unterschiedliche Sprünge vom Startblock oder 1-Meter-Brett.</li> <li>• orientieren sich unter Wasser und bewegen sich zielgerichtet fort.</li> <li>• beurteilen die Anforderungen einer Bewegungssituation beim Springen oder Tauchen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• springen mit einem oder mehreren Partnerinnen/Partnern synchron.</li> <li>• tauchen mindestens 10 Meter weit.</li> <li>• stimmen ihre Bewegungen mit anderen ab.</li> <li>• erfahren beim Tauchen ihre individuellen Leistungsgrenzen.</li> </ul>
<p><b> Helfen und Retten</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• transportieren allein und gemeinsam Gegenstände schwimmend durchs Wasser.</li> <li>• wenden grundlegende Fertigkeiten zur Selbstrettung an.</li> <li>• erkennen und schätzen Gefahrensituationen ein und verhalten sich entsprechend.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• transportieren eine Partnerin/einen Partner über eine vorgegebene Distanz sicher.</li> <li>• demonstrieren grundlegende Fertigkeiten zur Selbst- und zur Fremdrettung.</li> <li>• beschreiben Hilfsmaßnahmen zur Selbst- und zur Fremdrettung.</li> </ul>

### **Erfahrungs- und Lernfeld „Turnen und Bewegungskünste“**

Das Erfahrungs- und Lernfeld beinhaltet auf der gemeinsamen Grundlage eines erfindungsreichen, gestalterischen Umgangs mit der Bewegung die Kernthemen des Turnens (Rollen, Schwingen, Springen und Balancieren), das gegenseitige Helfen und Unterstützen in der Bewegungsbeziehung sowie das erlebnisreiche Bewegen in Gerätearrangements und bei Bewegungskunststücken.

Dieses Erfahrungs- und Lernfeld umfasst:

- das Gestalten von turnerischen Bewegungen,
- Bewegungserlebnisse im Sinne außergewöhnlicher Bewegungserfahrungen,
- das Halten und das Stützen des Körpergewichts,
- das Erfahren gegenseitigen Helfens, Vertrauens und Sicherns,
- den selbstsichernden und verantwortungsbewussten Umgang mit Wagnissituationen.

<b>Erwartete Kompetenzen</b>	<b>am Ende von Schuljahrgang 6</b>	<b>am Ende von Schuljahrgang 8</b>	<b>am Ende von Schuljahrgang 10</b>
<b>An Geräten oder am Boden die Kernthemen des Turnens ausführen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• verbinden und präsentieren flüssig drei unterschiedliche Bewegungsfertigkeiten an einem Gerät oder einer vorgegebenen Gerätebahn.</li> </ul>	<p>Die Schülerinnen und Schüler...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• turnen erlernte Bewegungsfertigkeiten an Geräten oder am Boden synchron.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• präsentieren mit einer Partnerin/einem Partner eine dreiteilige Bewegungsverbundung.</li> <li>• <b>präsentieren allein oder in der Gruppe eine Kür an einem selbst gewählten Gerät oder an einer selbst entwickelten Gerätekombination.</b></li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• bewältigen erhöhte Bewegungsherausforderungen unter Rückgriff auf erlernte Bewegungsfertigkeiten.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• schätzen das eigene Können und das Können der Partnerin/des Partners ein.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• berücksichtigen ggf. unterschiedliche Leistungsniveaus.</li> <li>• stellen sich über Bewegung dar.</li> <li>• <b>skizzieren unter Verwendung von Fachbegriffen den Ablauf der Kür.</b></li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• beschreiben die Bewegungsprobleme in Bezug auf erworbene Bewegungsfertigkeiten.</li> <li>• bewerten Bewegungsformen nach entwickelten Kriterien.</li> <li>• bauen Geräte sachgerecht auf.</li> <li>• geben nach Anleitung Bewegungsunterstützung.</li> <li>• bewältigen selbstsichernd Wagnissituationen.</li> <li>• nehmen Unterstützung an, bauen Vertrauen auf und übernehmen Verantwortung für die Partnerin/den Partner.</li> <li>• präsentieren ein auf Körperspannung und -balance beruhendes Kunststück mit der Partnerin/dem Partner.</li> <li>• beschreiben Bewegungsprobleme.</li> <li>• schätzen sich selbst und andere realistisch ein.</li> <li>• entwickeln eigene Vorschläge zum Erwerb der Fertigkeiten und zur Abstimmung mit der Partnerin/dem Partner.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• erkennen geeignete Lernziele, um die Bewegungsfertigkeiten zu optimieren.</li> <li>• entwickeln Methoden zur Abstimmung der Bewegung aufeinander.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wenden <b>Hilfe- und Sicherheitsstellung situativ und sachgerecht an.</b></li> <li>• <b>beurteilen die Anforderungen einer Bewegungssituation zutreffend.</b></li> </ul>
<b> Helfen und Sichern </b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• wenden Hilfe- und Sicherheitsstellung nach Vorgabe oder selbstständig sachgerecht an.</li> <li>• erkennen und beschreiben die Notwendigkeit von Sicherheits- und Hilfestellung zunehmend selbstständig.</li> </ul>	
<b> Bewegungskunststücke mit und ohne Gerät realisieren </b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• präsentieren allein oder mit der Partnerin/dem Partner Kunststücke mit Materialien.</li> <li>• gestalten Lernsituationen eigenständig.</li> <li>• diskutieren und lösen Konflikte, die bei der Erarbeitung von Bewegungskunststücken auftreten.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>erarbeiten und präsentieren eine Gruppenchoreographie mit Elementen der Bewegungskünste.</b></li> <li>• <b>analysieren das in der Gruppe verfügbare Bewegungskönnen und verknüpfen es in der Gruppengestaltung.</b></li> <li>• <b>beurteilen Präsentationen.</b></li> </ul>

### **Erfahrungs- und Lernfeld „Gymnastisches und tänzerisches Bewegen“**

Gymnastisches Bewegen ist einerseits die kreative Auseinandersetzung mit den Grundformen des Gehens, Laufens, Federns, Schwingens und Springens, andererseits die funktionelle Auseinandersetzung mit den Aspekten des Kräftigens, Dehnens und Entspannens.

Tänzerisches Bewegen ist die kreative Auseinandersetzung mit körperlichen Ausdrucksmöglichkeiten.

Dieses Erfahrungs- und Lernfeld umfasst:

- das Sammeln und das Vertiefen von gymnastischen und tänzerischen Grunderfahrungen,
- das Gestalten von Rhythmen mit gymnastischen und tänzerischen Mitteln,
- das gymnastische und tänzerische Bewegen mit und ohne Handgerät oder Materialien,
- das spontane Agieren und das Reagieren als Bewegungsimprovisation,
- die Auseinandersetzung mit aktuellen gymnastischen Bewegungsformen und Trend-Tänzen.

<b>Erwartete Kompetenzen</b>	<b>am Ende von Schuljahrgang 6</b>	<b>am Ende von Schuljahrgang 8</b>	<b>am Ende von Schuljahrgang 10</b>
<b>Bewegungen rhythmisieren und Rhythmen in entsprechende Bewegungen umsetzen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• prägen das Bewegen rhythmisch aus.</li> <li>• setzen Rhythmus in Bewegung um.</li> </ul>	<p>Die Schülerinnen und Schüler...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• setzen eine selbstgewählte Musik in eine kurze Gruppenchoreographie um.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>gestalten ein Thema mit pantomimischen und tänzerischen Mitteln.</b></li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• erkennen unterschiedliche Rhythmen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• erkennen Ausdrucksqualitäten des Bewegens bei anderen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>berücksichtigen Gestaltungskriterien wie Raum, Zeit, Dynamik, Form und Materialien und ziehen sie zur Bewertung heran.</b></li> </ul>
<b>Bewegungen mit Handgeräten gestalten</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• führen Grundbewegungsformen mit Bällen, Reifen und Seilen aus.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• präsentieren unter Verwendung gymnastischer Grundformen eine selbständig entwickelte Übungsfolge mit Handgerät.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• erarbeiten und präsentieren eine Partner- oder Gruppenchoreographie mit Handgeräten.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>kennen gymnastische Grundformen bezogen auf Handgeräte und setzen sie spezifisch ein.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>gestalten Lernsituationen eigenständig.</li> <li>stellen sich über Bewegung dar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>schätzen sich selbst und andere realistisch ein und verknüpfen verfügbares Bewegungskönnen in der Gruppengestaltung.</li> <li>organisieren ihre Präsentation.</li> </ul>
<b>Körperliche Leistungsfähigkeit erhalten und steigern</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>führen Anspannen und Entspannen nach Anleitung durch.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>dehnen und kräftigen Muskeln unter Anleitung funktionell.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>planen nach Anleitung/<b>eigenständig</b> einen Parcours zur Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit und führen ihn durch.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>nehmen ihren Körper bewusst wahr.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>verfügen über funktionale anatomische Grundkenntnisse.</li> <li>kennen verschiedene Kräftigungs- und Dehnübungen für bestimmte Muskelgruppen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>kennen grundsätzliche Trainingsmethoden.</b></li> </ul>

### **Erfahrungs- und Lernfeld „Laufen, Springen, Werfen“**

Laufen, Springen und Werfen sind grundlegende Themen für das Erschließen alltäglicher und sportspezifischer Bewegungszusammenhänge. In diesem Erfahrungs- und Lernfeld werden diese Themen nicht nur in den Fertigkeiten differenziert entwickelt, sondern unter dem Anspruch der Steigerung der Leistung im Hinblick auf individuelle und soziale Bezugsnormen gesetzt. Der Wettkampf gegen sich selbst und gegen andere spielt eine entscheidende Rolle. Auch das Miteinander in unterstützenden Bewegungsbeziehungen sowie die Entwicklung eines besonderen Gefühls für das Gelände und die weiteren Umstände der Bewegungssituation sind dabei wesentlich.

Dieses Erfahrungs- und Lernfeld umfasst:

- das Laufen in Anpassung an äußere Bedingungen und auf schnelle, geschickte, rhythmische Weise,
- das Erkennen der individuell richtigen Zeit- und Streckeneinteilung beim Laufen,
- die Ausbildung der Wurfgewandtheit und das Beherrschen geeigneter Wurf- bzw. Stoßtechniken,
- das Erleben des Fliegens beim Springen in die Weite und/oder in die Höhe,
- **das Erkennen der eigenen Leistungsfähigkeit im Vergleich mit anderen,**
- **die Selbstvergewisserung über die eigene Leistung als Anreiz zur Verbesserung,**
- das Anregen zum Wettstreit durch leichtathletische Mehrkämpfe,
- **den richtigen Umgang mit Stoppuhr und Maßband.**

<b>Erwartete Kompetenzen</b>	<b>am Ende von Schuljahrgang 6</b>	<b>am Ende von Schuljahrgang 8</b>	<b>am Ende von Schuljahrgang 10</b>
<b>Individuelles Lauftempo an Streckenlänge, verschiedene Untergründe und Bedingungen anpassen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• laufen mindestens 25 Minuten ohne Pause ausdauernd.</li> </ul>	<p>Die Schülerinnen und Schüler...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• laufen mindestens 30 Minuten ohne Pause ausdauernd.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>laufen eine Strecke mittlerer Distanz individuell schnell und teilen den Lauf sinnvoll ein.</b></li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• beschreiben mit eigenen Worten, dass langsames ausdauerndes Laufen zur Gesunderhaltung des Herz-Kreislauf-Systems beiträgt.</li> <li>• erfahren die eigenen Leistungsgrenzen durch schnelles Laufen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• erläutern die Dauermethode als eine Trainingsmethode zur Verbesserung der aeroben Ausdauer und wenden sie an.</li> <li>• setzen sich realistische Trainingsziele auf der Grundlage ihrer individuellen Bezugsnorm.</li> <li>• gestalten einen Trainingsprozess.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>erläutern Trainingsmethoden zur Verbesserung der aeroben und der anaeroben Ausdauer und wenden sie an.</b></li> <li>• <b>verfügen über Methodkenntnisse als Grundlage für selbständiges Üben.</b></li> </ul>
<b>Auf kurzer Strecke schnell laufen oder sprinten</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>laufen über 50 Meter.</u></li> <li>• <u>kennen unterschiedliche Starttechniken.</u></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• laufen in Sprinttechnik über 75 Meter.</li> <li>• wenden die Tiefstarttechnik in Grobform an.</li> <li>• beherrschen die Stabübergabe von hinten.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• laufen in Sprinttechnik aus dem Tiefstart über 100 Meter.</li> <li>• <b>beherrschen bei Rundenstaffeln den Stabwechsel in einem Wechselraum.</b></li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>erkennen Schnelligkeit als Basis für andere Disziplinen und Sportarten.</u></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kooperieren im Rahmen der Bewegungsaufgabe.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>schätzen das eigene Können und das Können anderer beim Staffellauf situationsadäquat ein und reagieren entsprechend.</b></li> </ul>
<b>Hindernissen in variablen und gleichmäßigen Rhythmen überlaufen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• überlaufen flach und rhythmisch verschiedene Hindernisse mit unterschiedlich weiten Abständen.</li> <li>• entwickeln Rhythmusgefühl.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• überlaufen schnell hürdenähnliche Hindernisse im Drei- oder Fünfschrittrhythmus.</li> <li>• erfüllen konditionelle und koordinative Anforderungen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• führen einen Start-/Ziellauf über hürdenähnliche Hindernisse im Dreischrittrhythmus durch.</li> <li>• schätzen Abstände und Höhen selbst ein.</li> </ul>

<p><b>Weit werfen bzw. stoßen</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• werfen einen Schlagball und andere Wurfgegenstände mit der rechten und der linken Hand möglichst weit.</li> <li>• erkennen und beschreiben Unterschiede verschiedener Bewegungslösungen bei sich und anderen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• werfen einen Wurfball mit effektivem Anlauf möglichst weit.</li> <li>• schocken, stoßen und drehwerfen unterschiedliche Wurfgeräte möglichst weit.</li> <li>• reflektieren die Funktionalität Leichtathletik spezifischer Wurftechniken.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• führen Leistungswürfe bzw. Leistungsstöße in mindestens einer Wurf- bzw. Stoßdisziplin durch.</li> <li>• schätzen ihre Leistungsfähigkeit beim Werfen bzw. Stoßen ein.</li> </ul>
<p><b>In die Weite und Höhe springen</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• springen nach einem schnellen Anlauf aus einer Absprunzzone weit.</li> <li>• kennen ihr Sprungbein.</li> <li>• beschreiben Bewegungsprobleme.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• legen ihre individuelle Anlaufentfernung und Anlaufgeschwindigkeit beim Weitsprung fest.</li> <li>• wenden die individuell adäquate Hochsprungtechnik an.</li> <li>• kennen unterschiedliche Hochsprungstechniken.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>führen einen Hochsprung in der Floptechnik (Grobform) aus.</b></li> <li>• <b>beherrschen eine Hochsprungstechnik, um ihre beste Leistung zu erreichen.</b></li> <li>• <b>bewältigen unter Rückgriff auf erlernte Bewegungsformen erhöhte Leistungssituationen.</b></li> </ul>

### **Erfahrungs- und Lernfeld „Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten“<sup>3</sup>**

Dieses Erfahrungs- und Lernfeld ermöglicht das Erlernen gerätespezifischer Bewegungsfertigkeiten und vermittelt besonders die Intentionen des Lernbereichs Mobilität. Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten (z. B. Inliner, Schlittschuhe, Fahrräder, Ski, Kanu) umfasst raumgreifende, geschwindigkeits- und gleichgewichtsabhängige Bewegungsformen, mit denen spezifische Körper- und Bewegungserfahrungen verbunden sind und die auf Rädern und Rollen, auf Schnee und Eis und auf dem Wasser gemacht werden können. Sie erfordern besondere Schutzmaßnahmen. Die Fachkonferenz wählt unter Berücksichtigung der sächlichen und räumlichen Gegebenheiten die Geräte aus, mit denen die erwarteten Kompetenzen erworben werden können.

Das Erfahrungs- und Lernfeld umfasst:

- das Fördern der dynamischen Gleichgewichtsfähigkeit,
- das Erleben und das Beherrschen der Geschwindigkeit sowie der Flieh- und der Beschleunigungskräfte,
- den verantwortungsvollen Umgang mit sich selbst und anderen, Materialien und Geräten sowie der Umwelt,
- das Erfahren eines größeren Aktionsradius.

Erwartete Kompetenzen	am Ende von Schuljahrgang 6	am Ende von Schuljahrgang 10
<p><b>Bewegungen des Rollens und Gleitens ausführen</b></p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler ...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• bewegen sich kontrolliert in der Gruppe mit einem rollenden oder gleitenden Gerät fort, können die Richtung gezielt ändern und bremsen.</li> <li>• erkennen unterschiedliche Leistungsniveaus der Mitschülerinnen und Mitschüler und handeln rücksichtsvoll.</li> <li>• beschreiben Bewegungsprobleme.</li> <li>• entwickeln methodische Vorschläge zum Erwerb der Fertigkeiten.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• übertragen Bewegungsfertigkeiten auf andere Geräte oder entwickeln und präsentieren Spielformen und Kunststücke.</li> <li>• schätzen sich selbst und andere realistisch ein.</li> <li>• gestalten Lernsituationen selbständig.</li> </ul>

<sup>3</sup> Die Verteilung der Unterrichtsstunden auf die einzelnen Schuljahrgänge liegt in der Zuständigkeit der Schule.

<p><b>Öffentliche Räume mit angemessenem und rücksichtsvollem Verhalten nutzen</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• stellen Regeln auf, akzeptieren gegebene Regeln und halten sie ein.</li> <li>• erkennen die Notwendigkeit von vorhandenen und neu erstellten Regeln.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• verfügen über Materialkenntnisse und kennen Notfallmaßnahmen bei Unfällen.</li> <li>• benennen Art und Verwendungszweck von Notfall- und Schutzmaßnahmen.</li> </ul>
<p><b>Kondition im Umgang mit rollenden und gleitenden Geräten entwickeln</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• bewältigen eine gegebene Strecke schnell und/oder ausdauernd.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• planen und bewältigen eine Strecke oder einen Parcours zur Ausdauerförderung mit rollenden und gleitenden Geräten.</li> <li>• gestalten unter Berücksichtigung von Trainings- und Sicherheitsaspekten ihren Lernprozess.</li> </ul>

### **Erfahrungs- und Lernfeld „Kämpfen“<sup>4</sup>**

Kämpfen umfasst die direkte körperliche Auseinandersetzung mit einer Partnerin oder einem Partner in einer geregelten Kampfsituation. Dieses Erfahrungs- und Lernfeld beinhaltet besonders das Erspüren der eigenen Kraft und der anderer sowie das Zulassen und Aushalten von körperlicher Nähe. Beim Kämpfen im Sportunterricht steht die Unversehrtheit der Partnerin bzw. des Partners im Vordergrund.

Dieses Erfahrungs- und Lernfeld umfasst:

- das faire Verhalten und einen verantwortungsvollen Umgang mit der Partnerin oder dem Partner in verschiedenen Kampfsituationen,
- den situationsangemessenen Einsatz der eigenen Kraft,
- das Spüren und das Beherrschen von Emotionen und das Ausschließen unkontrollierter aggressiver Handlungen,
- das Sich-Einlassen auf den direkten körperlichen Kontakt,
- das Einhalten von Regeln.

Die formulierten Kompetenzen können sowohl sportartübergreifend als auch sportartspezifisch (z. B. Judo) erworben werden.

<b>Erwartete Kompetenzen</b>	<b>am Ende von Schuljahrgang 6</b>	<b>am Ende von Schuljahrgang 10</b>
<b>Fair kämpfen</b>	Die Schülerinnen und Schüler... <ul style="list-style-type: none"> <li>• kämpfen fair und partnerschaftlich mit- und gegen-einander.</li> <li>• halten Regeln und Rituale ein.</li> <li>• übernehmen Verantwortung für sich und andere.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>vereinbaren Regeln und Rituale und halten sie ein.</i></li> <li>• <i>beachten Sicherheitsmaßnahmen beim Kämpfen mit einer Partnerin/einem Partner.</i></li> </ul>
<b>Situationsangemessen handeln</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• setzen ihre eigenen Kräfte dosiert und zielgerichtet ein.</li> <li>• fallen kontrolliert.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>reagieren angemessen auf Angriffs- und Verteidigungshandlungen der Partnerin/des Partners.</i></li> <li>• <i>beherrschen grundlegende Falletechniken.</i></li> </ul>

<sup>4</sup> Die Verteilung der Unterrichtsstunden auf die einzelnen Schuljahrgänge liegt in der Zuständigkeit der Schule.

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• bewältigen Kampfsituationen selbstsichernd.</li> <li>• nehmen Stärken und Schwächen der Partnerin/ des Partners wahr und gehen verantwortungsvoll damit um.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>schätzen Kampfsituationen richtig ein.</i></li> <li>• <i>nehmen Bewegungshandlungen der Partnerin/ des Partners wahr.</i></li> </ul>
<p><b>Sich auf körperliche Nähe einlassen und körperliche Nähe aushalten</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• lassen sich auf körperliche Nähe ein.</li> <li>• halten direkten Körperkontakt aus.</li> <li>• beherrschen ihre Emotionen.</li> <li>• führen keine aggressiven Handlungen gegen andere aus.</li> <li>• nehmen Rücksicht auf unterschiedliche körperliche Voraussetzungen anderer.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>beherrschen ihre Emotionen und reagieren nicht aggressiv.</i></li> <li>• <i>lösen auftretende Konflikte bei sich und anderen zunehmend selbständig.</i></li> <li>• <i>kennen den Unterschied zwischen genormter und persönlicher Distanz.</i></li> </ul>

## 4 Leistungsfeststellung und Leistungsbewertung

Leistungsfeststellungen und Leistungsbewertungen geben den Schülerinnen und Schülern Rückmeldungen über den erreichten Kompetenzstand. Den Lehrkräften geben sie Orientierung für die weitere Planung des Unterrichts sowie für notwendige Maßnahmen zur individuellen Förderung.

Leistungen im Unterricht werden in allen Kompetenzbereichen eines Faches festgestellt. Dabei ist zu bedenken, dass die in dem Kerncurriculum formulierten erwarteten Kompetenzen die sozialen und personalen Kompetenzen, die über das Fachliche hinausgehen, nur in Ansätzen erfassen.

Grundsätzlich ist zwischen Lern- und Leistungssituationen zu unterscheiden. In Lernsituationen ist das Ziel der Kompetenzerwerb. Fehler und Umwege dienen den Schülerinnen und Schülern als Erkenntnismittel, den Lehrkräften geben sie Hinweise für die weitere Unterrichtsplanung. Das Erkennen von Fehlern und der produktive Umgang mit ihnen sind konstruktiver Teil des Lernprozesses. Für den weiteren Lernfortschritt ist es wichtig, bereits erworbene Kompetenzen herauszustellen und Schülerinnen und Schüler zum Weiterlernen zu ermutigen.

Bei Leistungs- und Überprüfungssituationen steht die Vermeidung von Fehlern im Vordergrund. Das Ziel ist, die Verfügbarkeit der erwarteten Kompetenzen nachzuweisen.

Ein an Kompetenzerwerb orientierter Unterricht bietet den Schülerinnen und Schülern durch geeignete Aufgaben einerseits ausreichend Gelegenheiten, Problemlösungen zu erproben, andererseits fordert er den Kompetenznachweis in anspruchsvollen Leistungssituationen ein. Dies schließt die Förderung der Fähigkeit zur Selbsteinschätzung der Leistung ein.

Neben der kontinuierlichen Beobachtung der Schülerinnen und Schüler im Lernprozess und ihrer individuellen Lernfortschritte, die in der Dokumentation der individuellen Lernentwicklung erfasst werden, sind die Ergebnisse sportmotorischer, mündlicher und anderer fachspezifischer Lernkontrollen zur Leistungsfeststellung heranzuziehen.

Zu mündlichen und anderen fachspezifischen Leistungen zählen z. B.:

- Beiträge zum Unterrichtsgespräch
- mündliche Überprüfungen, ggf. auch in schriftlicher Form
- Unterrichtsdokumentationen
- Anwenden sportspezifischer Methoden und Arbeitsformen
- Präsentationen, auch mediengestützt (z. B. Referat, Plakat)
- Arbeitsergebnisse von Partner- oder Gruppenarbeiten
- Ergebnisse offizieller Schülersportwettbewerbe

Im Fach Sport fließen die bewegungsbezogenen Leistungen mindestens zur Hälfte in die Gesamtnote ein. Des Weiteren sind der individuelle Lernfortschritt, die Leistungsbereitschaft und die Übernahme von Verantwortung für sich und andere in die Bewertung einzubeziehen. Als Maßstab für die Bewertung der bewegungsbezogenen Leistungen können vorhandene Vorgaben wie Leistungstabellen (vgl. Sportabzeichen) dienen.

Die Fachkonferenz entscheidet, ob weitere bewegungsbezogene Leistungen bewertet werden, die über die im Kerncurriculum aufgeführten erwarteten Kompetenzen hinausgehen.

Für die Schülerinnen und Schüler, die den Bildungsabschluss nach Schuljahrgang 9 erwerben, sind die von der Fachkonferenz verbindlich festgelegten Erfahrungs- und Lernfelder die Grundlage der Leistungsbewertung (s. dazu Aufgaben der Fachkonferenz, Kapitel 5).

Die Grundsätze der Leistungsfeststellung und der Leistungsbewertung müssen für die Schülerinnen und Schüler sowie für die Erziehungsberechtigten transparent sein und erläutert werden.

Leistungsfeststellungen sollen regelmäßig zu den verschiedenen unterrichtlichen Schwerpunkten erfolgen, damit die Leistungsbewertung auf eine breite Basis gestellt wird. Die Feststellung des Leistungsstandes im Fach Sport begleitet den Lernprozess der Schülerinnen und Schüler. Dabei ist die lernbegleitende Rückmeldung durch die Lehrkraft unverzichtbar, um Stärken deutlich anzusprechen und systematisch weiterzuentwickeln. Ziel ist es, die motorische, kognitive, soziale und emotionale Entwicklung der Schülerinnen und Schüler zu fördern und sie zum lebensbegleitenden Sporttreiben zu motivieren.

Die prozessbegleitende Vergewisserung der Schülerinnen und Schüler über ihren individuellen Lernfortschritt unterstützt die realistische Selbsteinschätzung und die zunehmende Eigensteuerung des Lernprozesses. Dadurch wird ihre individuelle Anstrengungs- und Leistungsbereitschaft angeregt, erhalten und weiterentwickelt.

## 5 Aufgaben der Fachkonferenz

Die Fachkonferenz erarbeitet unter Beachtung der rechtlichen Grundlagen und der fachbezogenen Vorgaben des Kerncurriculums einen schuleigenen Arbeitsplan.

Der schuleigene Arbeitsplan ist regelmäßig zu überprüfen und weiterzuentwickeln, auch vor dem Hintergrund interner und externer Evaluation. Die Fachkonferenz trägt somit zur Qualitätsentwicklung des Faches und zur Qualitätssicherung bei.

Die Fachkonferenz

- bestimmt für die Schülerinnen und Schüler, die den Bildungsabschluss nach Schuljahrgang 9 erwerben, mindestens drei verbindliche Erfahrungs- und Lernfelder,
- erarbeitet Themen bzw. Unterrichtseinheiten, die den Erwerb der erwarteten Kompetenzen ermöglichen, und beachtet ggf. vorhandene regionale Bezüge,
- legt die zeitliche Zuordnung innerhalb der Doppeljahrgänge fest,
- trifft Absprachen zu Medien, Materialien und Geräten, die für das Erreichen der Kompetenzen wichtig sind,
- entwickelt ein Konzept zum Einsatz von Medien,
- benennt fachübergreifende und fächerverbindende Anteile des Fachcurriculums,
- trifft Absprachen zur einheitlichen Verwendung der Fachsprache,
- trifft Absprachen über die Anzahl und Verteilung verbindlicher Lernkontrollen im Schuljahr,
- trifft Absprachen zur Bewertung von sportmotorischen, mündlichen und anderen fachbezogenen Leistungen und bestimmt deren Verhältnis bei der Festlegung der Zeugnisnote (Ausnahme WPK),
- wirkt mit an Konzepten zur Unterstützung von Schülerinnen und Schülern beim Übergang in berufsbezogene Bildungsgänge,
- erarbeitet Vorschläge für Differenzierungsmaßnahmen,
- wirkt mit bei der Entwicklung des Förderkonzepts der Schule und stimmt die erforderlichen Maßnahmen zur Umsetzung ab,
- initiiert und fördert Anliegen des Faches bei schulischen und außerschulischen Aktivitäten (z. B. Nutzung außerschulischer Lernorte, Besichtigungen, Projekte, Teilnahme an Wettbewerben),
- stimmt die fachbezogenen Arbeitspläne der Grundschule und der weiterführenden Schule ab,
- entwickelt ein Fortbildungskonzept für die Fachlehrkräfte.

## **Anhang**

Die Hinführung zur lebensbegleitenden sportlichen Betätigung und die Qualifizierung für eine Teilnahme an der außerschulischen Bewegungs- und Sportkultur sind Teil des Bildungsauftrags der Schulen. Der Bildungsauftrag wird eingelöst durch den Erwerb der Kompetenzen in den aufgeführten Erfahrungs- und Lernfeldern. Im Folgenden sind beispielhaft Sportarten aufgeführt, die sich in den Erfahrungs- und Lernfeldern widerspiegeln:

### Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten

Abfahrtslauf, Eisschnelllauf, Skilanglauf, Snowboarding  
Fahrradfahren, Inline-Skating, Mountainbiking, Skateboarding  
Kanufahren, Surfen, Rudern  
Triathlon  
...

### Gymnastisches und tänzerisches Bewegen

Aerobic  
Breakdance  
Rhythmische Sportgymnastik  
...

### Kämpfen

Fechten  
Judo  
Ringen  
...

### Laufen, Springen, Werfen

Leichtathletik  
Orientierungslauf  
Triathlon  
...

### Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen

Schwimmen  
Synchronschwimmen  
Tauchen  
Turmspringen  
Triathlon  
Wasserball  
...

## Spiele

Endzonenspiele: Ultimate Frisbee, Flag Football, Rugby

Rückschlagsspiele: Tennis, Volleyball, Badminton

Zielschussspiele: Basketball, Fußball, Handball, Hockey

...

## Turnen und Bewegungskünste

Akrobatik

Kunstturnen

Wettkampfgymnastik

...